

朋友是位“旅行达人”，有了一定积蓄后，他喜欢到全国各地走走。这些年里，他还去过几次国外，欣赏到不少异域风光。

我问他：“走过这么多地方，你觉得最美的是哪里？”他笑着说：“最美的是我老家的山！”

见我疑惑，他开始无限神往地为我描述：“那座山不高也不大，却清秀可人。我小时候，喜欢趁着晨雾迷蒙的时候上山。山在浅雾的笼罩下，特别像神秘的仙境。我一脚踏入山中，就仿佛进入了传说中的天宫。山上有草有树，有花有果，有鸟有兽，天地自然之间，万物有灵……我想好了，等我老了，就回到山脚下我的村庄，过小时候的田园生活。人走得再远，还是要回到原点的。”

朋友的话，让我的心暖暖地动了一下。大概人人都无法拒绝“原点诱惑”。原点，是一个温暖诗意的字眼，那里保存着我们太多的人生初体验。

记得有一次，同学群里有人发问：“你饿急了的时候最想吃的是什么？”大家觉得这个话题很有意思，纷纷发言。“我饿急了最想吃小时候吃的玉米红



薯粥。”“我每隔一段时间，必定要吃一顿饅饅，就是小时候吃的那种红薯干面的，吃下去胃里和心里都无比满足。”我们这些中年人，打拼半生，不少人积累了一定的财富，生活富足起来，吃过了太多的天下美味。但是，我们依旧无法拒绝“原点诱惑”。小时候那些粗糙的食物，竟然成了我们心底最细腻的惦念。

我也有根深蒂固的“原点情结”。记得有段时间，我的睡眠特别不好，经常彻夜失眠。城里的房子很宽敞，所在的小区也很宜居。尤其是冬天，屋子里温暖如春，可我晚上就是睡不着。母亲得知我失眠后，

劝我回老家住几天。老家我的房间还保留着原来的样子，睡在老房子里，我裹紧了棉被，竟然感到无比温暖、安心和踏实，如同小时候扑向母亲怀抱一样。那一夜，我的失眠症竟然好了，真是神奇。

走遍千山万水，还是故乡的山水最美；尝过美味佳肴，还是妈妈的饭菜味道最香；住进高楼大厦，还是老屋的土炕最暖。想起王家卫电影《东邪西毒》里的话：“每个人都会经过这样的阶段，见到一座山，就想知道山后面是什么。我很想告诉他，到了那边，你会发现没什么特别，回头看过来，可能会觉得山这边更好。”人生大概真是这样的过程，我们放逐自己的脚步，抵达一个又一个远方，最终却又回到了原点。

我们中国人都有“落叶归根”的观念，思乡诗甚至成了古代诗歌第一重要的主题。其实我们思念的岂止是故乡？主要是故乡土地上你留下的那些印迹，那些风景，那些故事，那些人，才是我们最真的惦念。

我们出走半生，回到原点依旧是少年。

王国梁(摘自《珠江晚报》)

名人感悟

## 自卑是个好词儿

我在长沙工作时常常无事时过江，逛逛湖南师范大学，爬爬岳麓山。有一次，无意中看到山脚下的操场旁有个四方方的小屋子，白墙黑瓦，孤立一隅，看不出来历，走近一看，匾额上简简单单写着三个字：自卑亭。

这名字起得好生奇怪。

后来一查，自卑亭建于1688年，“自卑”二字取自《礼记·中庸》中的“君子之道，辟如行远必自迩，辟如登高必自卑”。要去远方，先得知道自己的狭隘；要登高，先得明白自己的卑微，从脚下开始。原来“自卑亭”有这个意思。

这是一个张扬个性的时代。关于教育，多数人说的都是“尊重孩子，给孩子自信”。在情感上遇挫的女子，常常会收到“缺少自信”的批评。有自信的人，高视阔步，声音响亮，与人握手都显得格外有力。

一时间，自信成了最佳美德，自信的反面自卑则好像成了最坏的词。不管能不能，都得先说“我能”；不管是否觉得自己棒，都得拍着胸脯大喊“我好棒”。有了这样的自信，才能拿下不能胜任的工作，赚到超出预期的钱。

为什么不能坦然地做一个

自卑的人？电影《国王的演讲》以乔治六世为原型，乔治六世向来怯懦，且患有口吃，当战争袭来，他要在全国人民面前发表演说。这像一个不可能完成的任务。国王知道自己的劣势，便从自身短板下手：运动、加强呼吸、练绕口令……机械训练容易而心魔难破，他百折不挠：发声、感觉、跳跃、放松……多么艰难，别人的小小斜坡于他而言是崇山峻岭。但就因为身在低处，才一定要往高处去。

心理学家阿尔弗雷德·阿德勒曾经这样诠释自卑，他说这是人与生俱来的第一感受，婴儿的一饮一食、一动一静都依赖成年人，依偎在成人怀里有多甜蜜，自己就有多无能为力。正是意识到这软弱，婴儿才拼命发展力量，靠自己的手臂撑起上身，靠自己的手指抓住一个球，再到靠自己的双脚稳稳地站在大地上。

经由自卑，克服自卑，最终拥有真实的自傲，好过莫名其妙、不知所谓的自信。就好像，自卑亭在岳麓山的脚下，正是开始攀登的第一步。

自卑，其实是个好词儿。  
叶倾城(摘自微信公众号)

爱的智慧

## 婚姻中最好的退路

同事李姐离异多年，独自带着女儿生活，半年前有人给李姐介绍了县医院的一位医生，也是离异，有个在读大学的儿子。李姐和这位医生交往了一段时间后，发现此人性格温和，对李姐和她女儿都不错，再加上他工作稳定、有房有车，权衡再三后，李姐决定和这位医生登记结婚。

同事们都劝李姐，重组家庭矛盾繁杂，得多为自己打算才行，要提前想好退路，别像李姐“昏”二次，和人家过几年后，落得个净身出户的悲惨结局。这些话说得李姐没了主意，让同事们给她支招，怎样做才能防患于未然。“结婚后，他虽然有房子，但你们必须再买套房子，哪怕是小居室的，房产证必须写你的名字，一旦婚姻走到尽头或万一他先你而去，等人家儿子赶你走时你好有个住的地方。”“工资卡必须交给你，不能让他有小金库，经济上你能掌控得了他，才能确保你在家中的地位。”……

同事们纷纷献计献策，等大家安静下来后，同科室的老王说话了，他问李姐：“这位医生人品如何？”李姐回答：“人品

还是不错的。”老王接着问：“那他儿子人品如何？”“他儿子现在看着也挺好。”老王听完笑着对李姐说：“那就行了，既然对方人品没问题，你只要好好对他和他的儿子，他们也一定会对你好的，何苦在婚前把事情弄僵呢？有些事情感情到位了，对方自然会为你考虑，爱是最好的退路。家庭不是讲条件的地方，是讲爱的地方，有爱就有一切。你要好好享受婚姻才行，别把婚姻想得太复杂，弄得彼此都那么累。”

老王这番话让我想起了一位作家，她在微博里经常和丈夫“秀恩爱”，有网友给她留言，大意是：别把丈夫放在第一位，要用怀疑的眼光看中年感情。言下之意是提醒作家，二次婚姻，应该把自己排在第一位，切莫用情太深，以免再次受伤。作家回复说：“天天这样担心，哪里有时间体味幸福？爱则捧在手心，离开也高高兴兴。”

睿智的女人应该懂得，爱是处理家庭关系最好的法宝，任何计谋都抵不过爱的力量，爱能化干戈为玉帛，爱能释然一切猜忌和矛盾。

逆风草(摘自《伴侣》)

地是土壤，气是气息，气流气脉气场。地气是土壤的气息，气流气脉气场，地气是生气。

傍晚或者深夜或者清晨，一片白雾贴着田野蔓延氤氲，淡淡的人说那是地气。

人站在地上才能生活，死了又埋在地下，归于地气。世间生灵的繁衍，生发枯荣都在地上。

地气是地中之气。《礼记》

中说，孟春之月，“天气下降，地气上腾，天地和同，草木萌动”。

在乡下，鸡鸭猫狗受了伤，将它放在松动的地上，说接接地气就好，第二天，活蹦乱跳。

猎人打来的猎物，野性不死，狂喊乱叫，人将它吊起来，接不到地气，须臾便死。

人要多接收地气，地气赐人勃勃生机，赐我辈好文章。

胡竹峰(摘自《意林》)

## 箴言

那时，我们还太年轻，还不知道内心的记忆会把不好的东西抹掉，而把好的东西更加美化，正是因为这种功能，我们对过去记忆犹新。  
马尔克斯

## 人生

乡村的深秋之夜，来得早故而显得长。外婆窗下那盏昏黄的老马灯，仍在不知倦意地照着我和她。

我正精打精神抄老师罚写的作业。一字不识的外婆，坐我身旁纳着鞋底，轻声吐出一句谚语：“慢工出细活”，你不听我的话，做事总是火急火燎，你看‘心急吃不了热豆腐’吧，这下又要返工重写多写了。”

昨日散学回来，夕阳老高时，外婆再三问我，作业写好了不？我却因为贪玩，没有认真做完就溜出门嬉戏。看着哈欠连天的我，外婆说，你这叫“不经事不长智，不经师不得艺”。

外婆的话语绵里藏针，字字如扎进鞋底的针脚，从此落在我成长的步履里。

如今我当少儿书法教师，已有十余年了。常有初学者的家长向我诉说：“不知什么原因，在您课堂上，写得还算整洁美观，可是一回到家里写作业，那一个个字，就像鸡爪子在雪地上乱窜乱抓。”那语气语调，散发出浓烈的焦虑。

我知道，这些孩子跟我年

爱首先不是同一个特殊的人的关系，而更多的是一种态度。这种态度决定一个人同整个世界，而不是同爱的唯一“对象”的关系。

如果一个人只爱他的对象，而对其他人无动于衷，他的爱就不是爱，而是一种共生有机体的联系或者是一种更高级意义上的自私。尽管如此，大多数人都认为爱情取决于对象，因为人们不把爱情看作一种积极的行动，所以会认为只要找到爱的对象就行，别的东

## 爱是一种态度

西自然而然就会产生。

可以将这一态度同想画一张画的人做比较：这个人虽然想画画，但他不是去学绘画这门艺术，而是强调他首先要找到他愿意画的合适的对象。如果我确实爱一个人，那么我也爱其他人，我就会爱世界，爱生活。如果我能够对一个人说“我爱你”，我也应该说“我在你身上爱所有的人，爱世界，也爱自己”。

(美)艾里希·弗洛姆(摘自《爱的艺术》)

幼时一样，只想着快点完成任务去玩，有写好一点的能力，却因一时心浮气躁，没有发挥出来。

毋庸置疑，每位家长都有“望子女成龙凤”的心理，在教育孩子的征途，难免会有耐性消息的时候，也会产生“揠苗助长”的欲念，急切想找到一种迅捷的方法，使孩子书写的答卷又快又好。但手艺上的功夫，本就是一场漫长而缓慢的修炼，需要心绪与行动一致的宁

静沉潜。书法的慢，犹如打太极，不动声色练就百步穿杨，惊艳四座。

老舍先生写作，为了写慢，他喜欢用毛笔，频频蘸墨屡屡中断的过程，细细酝酿下一句下一段，而且特意选择魏碑体。这种字的特点，是要一笔一画，十分工整，快不了。他一天最多写一两千字，但凡出手，必成精彩，根本不必耗时修改。如此看来，慢是稳，稳才是快又好。

有了这种沉静的书写心态，做别的活儿，也会变通得精

致起来。

母亲是乡村一名裁缝。她一直谨记师傅传授给她的手艺要诀：“慢工出细活”。母亲做一件手工棉衣要一整天。她认真给人量身，不差毫厘记下尺寸。动手做衣服前，先在废报纸上预习比划，再用布料裁剪，均匀铺好棉花在底布，比对齐整面布，针线细密固定棉花，里外缝合。扣眼也扎得匀实，一件棉衣穿好几年都完好不变形。而她师妹半天时间做出的棉衣，人家穿上一水，这里鼓一坨那里空一块，棉花还会从扣眼里跑出来。母亲赢得众多乡邻的好口碑，总是有做不完的活，靠着她勤劳智慧的双手，抚养我们五姊妹长大成人。

时光匆匆，人事常新。生活的美好，总是留给那些有条不紊慢条斯理的人。吃饭时细嚼慢咽，有助消化利于健康，不至于囫圇吞枣品不出滋味；走路时放慢脚步，才不会“走马观花”，错过眼前的风景；带上“慢工出细活”的心境出发，在日常点滴，看见广阔的天地。

朱小平(摘自《广州日报》)

人生感悟

## 不急不躁，慢工出细活